

DIVA
E DONNA

IL BENESSERE IN TAVOLA

CUCINA

CAIRO EDITORE

75
RICETTE
CON FOTO

QUINDICINALE - N. 13 - € 0,50 - 23 GIUGNO 2020
ALLEGATO AL N. 25 DI "DIVA E DONNA"



Elisabetta Gregoraci

I CIBI DELLA SALUTE

LA DIETA DELLA TINTARELLA

BASTA FAME NERVOSA: I CONSIGLI DELLA NUTRIZIONISTA



Vellutata di lenticchie



Elisa Isoardi

RICETTE DA DIVE

A BASE DI PESCE



Zuppa con polpo e cozze

IDEE DA... BERE



Sidecar con brandy, arancia e limone



Maggie Smith

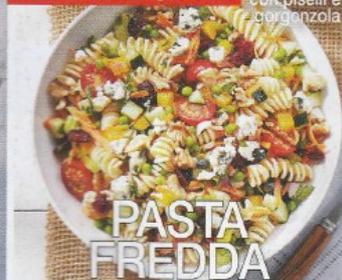
I COCKTAIL DI DOWNTON ABBEY

PIATTI ETNICI



LA CUCINA MESSICANA

PRIMI ESTIVI



PASTA FREDDA

VEG



NATURALE E SFIZIOSO

CON L'ESTATE VOGLIA DI BARBECUE

Spiedini al lemongrass

ECCELLENZE



IL LOCALE

La sala dell'Osteria Pagliazza, a Firenze, situata al piano terra della bizantina torre della Pagliazza, all'interno del *Brunelleschi Hotel*, posizionato all'ombra dell'omonima cupola del duomo della città. Ai fornelli c'è lo chef stellato Rocco De Santis, anche al timone del ristorante gourmet dell'albergo.

**MISTICANZA CON GAMBERI,
AVOCADO E CROSTINI DI PANE**

Ingredienti per 4 persone:

- 200 g di misticanza aromatica
- 20 gamberi puliti
- 2 avocado
- 4 fette di pane in cassetta
- 2 zucchine
- aceto di lamponi
- olio di oliva extravergine
- sale

Preparazione: **1/** Lava la misticanza, strizzala con l'aiuto di una centrifuga e mettila in una insalatiera. Affetta finemente le zucchine, per il verso della lunghezza, con una mandolina e falle marinare per qualche minuto nell'olio, sale e aceto di lamponi. **2/** Taglia a cubetti il pane e tostalo nel forno già caldo a 180 °C per 5-6 minuti. Rosola i gamberi in una padella con un filo di olio per qualche minuto, regolando di sale. Taglia l'avocado a metà, privalo del nocciolo e della buccia, taglialo a fettine e uniscilo alla misticanza. **3/** Aggiungi anche le zucchine, i gamberi e il pane, condisci con olio e sale e servi.

PACCHERO ALLA BOLOGNESE DI POLPO

Ingredienti per 4 persone:

• 400 g di paccheri • 500 g di polpo • 500 g di pomodori pelati passati • 2 zucchine • 1 carota • 1 costa di sedano • 1 cipolla • 1 spicchio di aglio • 1 limone non trattato • brodo vegetale • 100 ml di vino bianco • 50 ml di vino rosso • 1 ciuffo di prezzemolo • olio di oliva extravergine • sale • pepe in grani

Preparazione: **1/** Taglia a julienne le zucchine. Trita i tentacoli del polpo con l'aiuto di un tritacarne. Taglia a brunoise (a cubetti piccoli) la carota, il sedano, la cipolla e l'aglio e falli rosolare in una padella con un filo di olio. Unisci il trito di polpo, poi bagna con il vino bianco e il vino rosso, fai evaporare e aggiungi i pomodori pelati. Fai cuocere dolcemente per circa 3 ore e mezza. **2/** Fai rosolare le zucchine in un'altra padella con un filo di olio, poi bagnale con il brodo e unisci la bolognese di polpo preparata, regolando di sale e pepe macinato. **3/** Cuoci i paccheri in abbondante acqua salata, scolali al dente e trasferiscili nella padella con il sugo, amalgamando il tutto con un filo di olio. Servi completando con il prezzemolo tritato e una grattugiata di scorza di limone.



CLASSICO E NUOVO

Quattro ricette per un menu completo, dall'antipasto al dolce, firmato Osteria Pagliazza che a Firenze, in una storica location, stuzzica il palato dei suoi ospiti con piatti della tradizione fiorentina, rielaborati sapientemente in chiave contemporanea

**SUBLIMI
SAPORI**



ECCELLENZE



GUANCIA DI VITELLO CON PURÈ DI PATATE

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di guancia di vitello • 300 g di patate rosse • 1 carota • 1 costa di sedano • 1 cipolla • 100 ml di latte • 100 g di burro • rosmarino • timo • noce moscata • olio di oliva extravergine • sale • pepe

Preparazione: **1/** Pulisci la guancia di vitello dal grasso e dalle cartilagini presenti e condiscila con sale, pepe, rosmarino e timo. Unisci il sedano, la cipolla e la carota tagliati a mirepoix (a dadini) un filo di olio, poi metti tutto in un apposito sacchetto per la cottura sottovuoto e cuoci a 70 °C per 18 ore. **2/** Nel frattempo, cuoci le patate con la buccia in una casseruola con abbondante acqua inizialmente fredda, per 30-40 minuti, secondo le dimensioni. Scolale, pelale e passale ancora calde allo schiacciapatate, facendole cadere in una ciotola. Lasciale raffreddare. **3/** Riscalda il latte in un pentolino con un pizzico di sale e una grattugiata di noce moscata e, quando raggiunge l'ebollizione, unisci le patate. Mescola energicamente con una frusta, aggiungendo il burro freddo tagliato a cubetti, in modo da ottenere un purè soffice, infine regola di sale e pepe. **4/** Quando la guancia sarà cotta, togliila dal sacchetto sottovuoto e falla glassare in padella con il liquido di cottura. Sistema il purè di patate nel piatto e adagia sopra la carne, completando con il fondo di cottura e guarnendo con timo e rosmarino.





MOUSSE ALLA NOCCIOLA

Ingredienti per 4 persone:

• 125 g di zucchero • 125 g di pasta di nocciola • 150 g di tuorli • 500 ml di panna fresca • 300 g di cioccolato fondente al 70% • 100 g di granella di nocciole • 8 g di gelatina

Preparazione: **1/** Metti in ammollo la gelatina per 10 minuti. Metti in un pentolino 40 ml di acqua e lo zucchero e portali a una temperatura di 121 °C. Quando saranno arrivati a temperatura, versa lo sciroppo ottenuto sui tuorli e monta il tutto con le fruste, fino a ottenere un composto omogeneo, infine aggiungi la gelatina strizzata. **2/** Monta la panna ben fredda, poi aggiungi la pasta di nocciola e unisci il composto ottenuto al mix di tuorli, amalgamando bene. Versa il tutto all'interno di 4 stampini rettangolari (o quelli che desideri) e riponi in freezer per almeno 3 ore. **3/** Nel frattempo, fai sciogliere a bagnomaria il cioccolato con la granella di nocciole. Togli le mousse dal freezer, sformale su un piatto, poi sistemale su una gratella e versa sopra la glassa ottenuta. Riponi in frigo fino al momento dell'uso. Servile accompagnandole a piacere con un crumble, mirtilli freschi e qualche fogliolina di menta.